



## 地産地消と魚料理の普及に取り組む

今回は、市民の健康づくりのために、地元でたくさん捕れる魚食普及運動に取り組んでいる「魚さばき隊」の活動を、市民記者が取材しました。

魚さばき隊は、研修を  
積みながら、小学生や福  
岡教育大学生を対象にし  
た料理教室や地域の料理

宗像市の自慢は  
地元で捕れた魚です

事業を推進するため  
に、宗像観光協会や  
漁業協同組合、商工  
会、市と一緒に水産物  
消費拡大企画委員会の  
メンバーになつ

地域の料理講習会で魚のさばき方を指導する隊員（奥）

魚は、水産物消費  
拡大企画委員会が  
宗像産の4キロ超の  
タイと6キロ超のブ  
タケを特別に用意し



博多で魚のさばき方実演教室に出演

隊員の松尾勝志さんは  
「ウロコを取る時は、新  
聞紙などをかぶせて作業  
すると飛び散りません  
よ。魚をさばく時は片刃  
包丁の方が便利です」と  
説明しながら、「いやあ、  
いつもより緊張しています」と照れ笑い。  
橋本さんは「魚さばき  
隊の結成後、あちこちか  
ら要請がかかります。都

合がつく限り応えたいと  
思っています。特に、若  
いお母さんたちにもつと  
魚に関心を持つてもらいた  
いですね。最近は、肉  
及活動が盛んに進められ  
ています。特に高齢者に  
はおすすめです」と話す  
参加者の中にも「魚料

理が苦手」という若い女  
性がいました。「健康の  
ためには魚が良いと言わ  
れてるので、その良さ  
とさばき方を学びたいと  
思って参加しました。初  
めて自分で握ったおすし  
は、とてもおいしかった  
です。家でもやってみた  
いです」と笑顔を見せて

頑張る姿に刺激を受けた  
取材になりました。（あ）

# 魚さばき隊

健康  
むなかた  
21

第51回

このコーナーでは、健康づくりに取り組んでいる元気な市民・団体のみなさんを紹介しています。

問い合わせ先

健康づくり課 〒(36) 1187

魚のことを  
もっと知つてほしくて…

「魚さばき隊」という  
ユニークなボランティア  
団体があることを、取材  
を通じて初めて知りました。  
結成のいきさつを宗像市  
食生活改善推進会（食進会）  
会長の橋本良子さんに聞きました。

「スーパーで会つたお子さんが『魚の切り身が泳ぐ』と言つたことがきっかけです。うそのようない話ですが、若いお母さんがパック入りの切り身を買ってくるので、お子さんはそのままの姿で泳いでいると思っていました。  
うな話ですが、若いお母さんもつとPRしないといけないと思いました。

産地消は、新鮮さと輸送コスト削減がメリットです」と橋本さん。市の食育プランや食進会の年間活動計画にも、魚食普及と地産地消の推進が掲げられています。

21年10月に「魚さばき隊」が誕生したのです。

「宗像市には玄界灘の

素晴らしい漁港があり、

魚がとてもおいしい所で

す。市民のみなさん

もつと魚を食べてもらわ

らないともつたない。地

域の料理講習会で魚のさばき方を指導する隊員（奥）

講習会など「魚さばきを

習いたい」という団体へ

出向いて魚のさばき方を

指導しています。特に「宗

像産の魚しか使わない

といふこだわりを持って

います。

3月には、芦屋町から

新宮町に至る3市3町の

観光や食の関連団体で結

成された「筑前七浦

の会」から要請され

新装した博多駅の地

下食品街で開かれた

「魚のさばき方実演教

室」に出演しました。

鱼は、水産物消費

拡大企画委員会が、

宗像産の4キロ超のブ

タケを特別に用意し

た。

魚をさばく時は片刃

包丁の方が便利です」と

説明しながら、「いやあ、

いつもより緊張していま

す」と照れ笑い。

橋本さんは「魚さばき

隊の結成後、あちこちか

ら要請がかかります。都

さつ。隊員が交代で、エ

ラの取り方、内臓の取り

出し方、三枚のおろし方、

皮のはぎ方などを順に実

用のネタを作りました。

魚です。今日は切り身

じゃなく丸ごと1本、生

きたままのタイとブリを

さばきます。後で握りす

しにしますので、一緒に

楽しみましょう」とあい

言います。

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

進行役の吉村信明さん

が「宗像市から来たプロ

じやない魚さばき隊で

す。宗像市の自慢は、道

の駅むなかたと宗像産の

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

鱼は、水産物消費

拡大企画委員会が、

宗像産の4キロ超のブ

タケを特別に用意し

た。

魚をさばく時は片刃

包丁の方が便利です」と

説明しながら、「いやあ、

いつもより緊張していま

す」と照れ笑い。

橋本さんは「魚さばき

隊の結成後、あちこちか

ら要請がかかります。都

さつ。隊員が交代で、エ

ラの取り方、内臓の取り

出し方、三枚のおろし方、

皮のはぎ方などを順に実

用のネタを作りました。

魚です。今日は切り身

じゃなく丸ごと1本、生

きたままのタイとブリを

さばきます。後で握りす

しにしますので、一緒に

楽しみましょう」とあい

言います。

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

進行役の吉村信明さん

が「宗像市から来たプロ

じやない魚さばき隊で

す。宗像市の自慢は、道

の駅むなかたと宗像産の

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

鱼は、水産物消費

拡大企画委員会が、

宗像産の4キロ超のブ

タケを特別に用意し

た。

魚をさばく時は片刃

包丁の方が便利です」と

説明しながら、「いやあ、

いつもより緊張していま

す」と照れ笑い。

橋本さんは「魚さばき

隊の結成後、あちこちか

ら要請がかかります。都

さつ。隊員が交代で、エ

ラの取り方、内臓の取り

出し方、三枚のおろし方、

皮のはぎ方などを順に実

用のネタを作りました。

魚です。今日は切り身

じゃなく丸ごと1本、生

きたままのタイとブリを

さばきます。後で握りす

しにしますので、一緒に

楽しみましょう」とあい

言います。

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

進行役の吉村信明さん

が「宗像市から来たプロ

じやない魚さばき隊で

す。宗像市の自慢は、道

の駅むなかたと宗像産の

包丁は各自愛用品を持ち

込み、自慢の腕前を受講

者の目前で披露しまし

た。

魚をさばく時は片刃

包丁の方が便利です」と

説明しながら、「いやあ、

いつもより緊張していま

す」と照れ笑い。